



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Deportes náuticos

Materia	Deportes náuticos			
Código	P02G050V01904			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento				
Coordinador/a	Rial Fernández, Ramón Benigno			
Profesorado	Rial Fernández, Ramón Benigno Tenreiro Varela, Pablo			
Correo-e	rrial@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	<p>A materia Deportes Náuticos impártese no segundo cuadrimestre do terceiro curso do Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte.</p> <p>Nesta materia proporciónase unha visión xeral do Remo e do Piragüismo. Desde unha perspectiva teórica, abórdanse diferentes aspectos desde un punto de vista xeral referentes a súa estrutura externa, o medio no que se desenvolven, os tipos de embarcacións e as súas modalidades, a técnica básica, maniobras, fundamentos do seu adestramento, tipos de competicións, didáctica, aspectos recreativos, etc. Desde unha perspectiva práctica, realízase un percorrido a través de distintos tipos de embarcacións.</p> <p>Debido ó medio no que se desenvolven as prácticas (río Lérez) é requisito imprescindible saber nadar.</p>			

## Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
C8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
C10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo

## Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
---------------------------------	---------------------------------------

Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da B7 motricidade humana.

Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.	B10
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	B12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	B13
Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	B14
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	B23
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B24
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	B25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	B26
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas	C1
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	C8
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	C9
Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	C10

## Contidos

Tema	
TEMA 1: Fundamentación teórica dos deportes náuticos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición</li> <li>- Oríxenes e evolución histórica</li> <li>- Análise do remo e do piragüismo e os seus factores</li> <li>- As reglaxes das embarcacións:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Reglaxes en banco fixo</li> <li>. Reglaxes en banco móvil</li> <li>. Reglaxes en piragüismo e kayak</li> </ul> </li> </ul>
TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos e didácticos dos deportes náuticos: remo e piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica básica do remo e do piragüismo</li> <li>- Fases da palada no remo</li> <li>- Técnica básica de banco fixo</li> <li>- Técnica básica de banco móvil</li> <li>- Defectos técnicos mais frecuentes no remo</li> <li>- Técnica básica do piragüismo</li> <li>- Maniobras no piragüismo. Transporte, vuelco e vaciado. De equilibrio e conducción. De propulsión e combinadas</li> <li>- A palada en kayak. Fases da palada. Exercicios e corrección de erros.</li> <li>- Fundamentos tácticos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. A regata. Tipos. Partes</li> <li>. A estratexia</li> </ul> </li> <li>- Postos específicos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Postos específicos no remo de banco fixo</li> <li>. Postos específicos no remo de banco móvil</li> <li>. Postos específicos no piragüismo</li> </ul> </li> </ul>
TEMA 3: Estructura formal e funcional dos deportes náuticos: remo e do piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modalidades e especialidades</li> <li>- Categorias</li> <li>- Distancias de competición</li> <li>- Características das embarcacións</li> <li>- Características do sistema de masas</li> <li>- Distancias e tempos de competición</li> <li>- Frecuencia de palada en competición</li> <li>- Relación distancia/tempo de competición/tipo de esforzo</li> <li>- Tipos de competicións no remo e no piragüismo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. En función do recorrido</li> <li>. En función do sistema de competición</li> <li>. Programa olímpico</li> </ul> </li> </ul>

TEMA 4: O proceso de iniciación deportiva nos deportes náuticos

- Didáctica do remo e do piragüismo:
  - . Ensinanza e aprendizaxe
  - . Iniciación e metodoloxía
  - . Etapas de formación
- O medio acuático:
  - . Natural: ríos, lagos, mar
  - . Artificiais: pantanos, pistas
  - . Normas de seguridade
  - . Variables medioambientais externas

TEMA 5: Os deportes náuticos na súa vertiente recreativa e de rendemento

- Aspectos recreativos
- O club. Organización
- Aspectos de rendemento:
  - . Tecnoloxía aplicada
  - . Materiais
- Estructura biomecánica do remo e do piragüismo

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	22	3	25
Prácticas de laboratorio	26	20	46
Traballo tutelado	1	0	1
Seminario	0	12.5	12.5
Prácticas con apoio das TIC (Repetida, non usar)	0	26	26
Exame de preguntas obxectivas	1	14.5	15.5
Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas	4	20	24

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

### Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos teóricos sobre a materia obxecto de estudo.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia. Desenvólvense no río Lérez.
Traballo tutelado	O estudante, de maneira individual elabora unha memoria de prácticas sobre a materia.
Seminario	Entrevistas que o alumnado mantén co profesorado da materia para asesoramento/desenvolvemento de actividades da mesma e do proceso de aprendizaxe.
Prácticas con apoio das TIC (Repetida, non usar)	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia a través das TIC e de xeito autónomo.

### Atención personalizada

#### Metodoloxías Descrición

Seminario	Enténdese por atención personalizada o tempo que se reserva para atender e resolver as dúbidas do alumnado en relación a materia. As sesións de titorización poderanse realizar por medios presenciais (despacho 217) ou ben telemáticos: correo electrónico ou despachos virtuais dos profesores a través do Campus Remoto, baixo a modalidade de cita previa: Profesor Ramón Rial Fernández (Remo) Sala 2138. Profesor Pablo Tenreiro Varela (Piragüismo) Sala 2540.
-----------	--

### Avaliación

Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
------------	---------------	---------------------------------------

Prácticas de laboratorio	METODOLOXIAS DE AVALIACIÓN CONTÍNUA: Polo carácter da materia, haberá que participar activamente como mínimo no 85% das sesións prácticas de remo e no 85% das sesións prácticas de piragüismo como requisito previo para ter dereito a avaliación contínua da parte práctica da materia (a participación debe ser activa, de forma que se o alumno/a asiste á sesión pero non interven nas actividades propostas, a asistencia non será contabilizada). Isto supón que o tope máximo de faltas (enfermidade, lesión, asuntos persoais, etc.) é de 2 entre remo e piragüismo (unha a remo e unha a piragüismo ou ao revés: unha a piragüismo e unha a remo), non podendo de ningunha maneira faltar a 2 prácticas de cada unha das dúas disciplinas (2 faltas a remo ou 2 faltas a piragüismo). As prácticas supoñen o 40% da cualificación final e realizaránse no río Lérez (tamén poderá facerse algunha práctica en terra nos ergómetros). A avaliación da docencia práctica realizaráse de forma continua mediante o control de asistencia diaria do alumnado con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado ao longo do cuatrimestre (avaliarase o transporte do material, o seu axuste, o manexo e maniobrabilidade técnica da embarcación, etc.). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia ás prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ao alumnado para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comezo das prácticas.	40	B7 B10 B13 B23 B24 B25 B26	C1 C8 C9 C10
Exame de preguntas obxectivas	Encamiñada a avaliar a integración dos contidos teóricos por parte do alumnado. Enténdese tamén por contido teórico calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas. Esta proba realizaráse na data oficial e constará de 50 preguntas tipo test (25 de remo e 25 de piragüismo) con 4 opcións de resposta, sendo obrigatorio responder a todas as preguntas; as respostas erróneas non descontarán. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	25	B7 B10 B14 B24	C1 C8 C9 C10
Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas	Ao rematar primeiro as prácticas de remo e logo as de piragüismo o alumnado, de xeito individual, deberá presentar unha memoria de todas as prácticas feitas. Para elaborar esta memoria o profesorado facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comezar cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ao alumnado os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito o alumnado ao rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. No caso de que os profesores detectasen que as memorias fosen copiadas entre dous ou mais alumnos ou alumnas, éstes deberán facer un traballo individual relacionado coa materia. Unha vez remate a parte práctica de remo habilitarase un espazo en Moovi cun tempo límite dunha semana para que o alumnado poida subir as memorias en formato PDF, e farase o propio cando rematen as prácticas de piragüismo (fora deste prazo non se admitirá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	35	B7 B10 B12 B23 B26	C1 C8 C10

## Outros comentarios sobre a Avaliación

**Observacións:** Unha vez cumprido o requisito de asistencia a un mínimo do 85% con participación activa ás prácticas tanto de remo como de piragüismo, a cualificación final do alumno/a será a nota media ponderada de cada un dos tres apartados (40%-25%-35%) sempre coa premisa de haber alcanzado unha puntuación mínima de 5 en cada un dos tres apartados. Se o alumno non chega a 5 en calquera dos tres apartados a súa cualificación na nota final será de suspenso. A cualificación positiva de unha ou dúas partes conservarase únicamente ata a seguinte convocatoria de xuño/xullo. De non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xuño/xullo.

### METODOLOXÍAS DE AVALIACIÓN GLOBAL:

Aqueles alumnos/as que non cumprisen co requisito previo de asistir a lo menos ao 85% das prácticas con participación activa tanto a remo como a piragüismo ou ben figuren como non presentados/as dentro do cuatrimestre, non poderán acollerse a modalidade de avaliación contínua e terán que acollerse obrigatoriamente á modalidade de Avaliación Global. Nesta modalidade terán que facer un exámen práctico da materia na data oficial, polo que se lles recomenda que previamente fagan as pertinentes prácticas en algún club de remo e/ou piragüismo (esta proba ponderará un 50%); ademais deberán superar o exámen teórico da materia (que ponderará un 25%) e realizar un traballo individual consistente na elaboración dunha progresión didáctica para a aprendizaxe do remo e do piragüismo (que ponderará un 25%). As pautas de devandito traballo, serán facilitadas polos profesores.

---

**Bibliografía. Fontes de información**

---

**Bibliografía Básica**

Molina Castillo, C., **Remo de Competición**, 1ª ed, Wanceulen, 1997

Bennett, Jeff, **Manual del kayakista de aguas bravas**, 1ª ed, Paidotribo, 2001

De Bergia Cervantes, E. y otros, **Iniciación al Piragüismo**, 1ª ed, Gymnos, 1997

Isorna-Folgar, M. y otros, **Entrenamiento en piragüismo de aguas tranquilas: avances para la mejora en preparación física, técnica, táctica, psicológica, nutricional y tecnológica**, 1ª ed, 2.0 Editora, 2014

Francisco García, José Manuel y García Soidán, José Luis, **Iniciación al Remo**, 1ª ed, Xunta de Galicia (Secretaría Xeral para o Deporte), 1991

Francisco García, José Manuel, **Remo de Banco Fixo**, 1ª ed, Lea, 1996

Silva Alonso, Telmo, **Entrena remo apoyándote en la ciencia**, 1ª ed, Uno Editorial, 2023

**Bibliografía Complementaria**

Briones Pérez de La Blanca, Enrique, **Remo: Entrenamiento de Base y de Elite**, 1ª ed, Wanceulen, 1990

Escuela Nacional de Entrenadores, **Apuntes del Curso Nacional de Entrenador de Club: Bloque Específico**, F.E.R., 2002

Sánchez Hernández, J.L. y otros, **Piragüismo I**, Comité Olímpico Español, 1993

Sánchez Hernández, J.L. y otros, **Piragüismo II**, Comité Olímpico Español, 1993

---

**Recomendacións**

---